ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ И ОСОБЕННОСТИ ЭТАПОВ, ПРИЕМОВ ОБУЧЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ В СПОРТИВНЫХ КЛУБАХ

Розиков Нормурод Эльмонович
Навоийский государственный университет
«Методика спортивного обучения»
старший преподаватель кафедры

Аннотация. В статье изложены способы достижения высокой эффективности посредством этапов, методов и средств обучения волейболу.

Ключевые слова: методическое обучение, профессиональные навыки, технология начального обучения, техническая подготовка волейболиста, двигательно-игровые навыки, процесс обучения, профессиональное обучение, методы рассказа, показа и объяснения.

Key words: methodical teaching, professional skills, elementary teaching technology, technical training of a volleyball player, action-game skills, teaching process, vocational training, dictation, demonstration and explanatory methods.

Annotation. The article shows the stages, methods and means of teaching volleyball lessons through ways to achieve high efficiency.

ВВЕДЕНИЕ

Эффективная подготовка волейболистов требует системного подхода, включающего последовательные этапы обучения, учет возрастных и психофизиологических особенностей спортсменов, а также использование современных педагогических методов. Цель данной статьи – анализ методических подходов к обучению волейболу и выявление наиболее эффективных методов подготовки игроков.

Как известно, светлое будущее спорта напрямую зависит от широты и качества охвата спортивного инвентаря. Это напрямую связано со спортивным оборудованием, тренировочными базами, навыками тренера, методами обучения упражнениям и искусством обучения. Следовательно, вывод узбекского спорта на мировую арену, его подъем на соревновательную ступень приобретает важное значение для организации детского спорта на научной основе и внедрения эффективных педагогических технологий в этом направлении. Только целесообразно, чтобы организационно-методическая деятельность осуществлялась на научной основе. Но достичь таких качеств можно за счет предельной осторожности, постепенного увеличения тренировочных нагрузок, в “волнообразном” направлении. Конечно, этот процесс более эффективен и интенсивен на основе принципов непрерывности и регулярности, а также применения тренировочных нагрузок таким образом,

ISSN 3030-3907

чтобы это соответствовало функциональным возможностям задействованного “объекта”. С 2000 года в нашей стране непрерывно проводятся многоступенчатые массовые спортивные соревнования “Умид нихоллари”, “Баркамол авлод”, “Универсиада”, получившие название малой Олимпиады. Тем не менее, во многих местах в спортивных кружках, спортивных школах, даже в отдельных национальных командах научная организация занятий, планирование нагрузок, выбор и применение общих и специализированных упражнений, возрастные, половые, физические и психофункциональные возможности занимающихся детей не могут быть реализованы на основе объективных результатов тестирования. Подобные недостатки и проблемы заметны и в практике подготовки волейболистов [3, 5, 6].

МЕТОДЫ

Обучение волейболу включает несколько последовательных этапов:

1. **Формирование понимания техники движения** – демонстрация, анализ, словесные пояснения.
2. **Обучение навыкам в упрощенных условиях** – упражнения, имитация движений, исправление ошибок.
3. **Освоение техники в усложненных условиях** – игровые упражнения, ситуативные задачи, контрольные испытания.
4. **Закрепление навыков в игровой практике** – командные тренировки, соревновательные элементы.

Методы обучения:

Педагогические приемы: словесное объяснение, показ, обсуждение.

Практические упражнения: имитация движений, отработка техники, игровые ситуации.

Тестирование и контроль: анализ прогресса, корректировка тренировочных программ.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Исследование подтвердило, что поэтапное обучение с использованием разнообразных методик способствует более эффективному освоению техники волейбола. Основные результаты:

- Введение комплексного подхода к обучению увеличивает скорость усвоения навыков.
- Методы показа и демонстрации более эффективны на начальном этапе.
- Игровые упражнения повышают мотивацию и улучшают тактическое мышление.

ОБСУЖДЕНИЕ

ISSN 3030-3907

Первоначальный процесс обучения спортивным навыкам считается основой многолетней системы спортивной подготовки. Чем основательнее, качественнее, своевременно организованное, методическое, научное и материально-техническое начальное обучение, тем короче и проще путь подготовки спортивных заместителей. Но это, конечно, будет напрямую зависеть от знаний, профессиональных навыков и квалификации специалиста. Поэтому одним из наиболее целенаправленных и основных разделов учебной программы, предназначенной для подготовки специалистов, считается методика (технология) начального обучения [5, 7, 11].

Одним из главных условий достижения эффективного результата в процессе соревнований является наличие у волейболиста уровня технической подготовки, совершенствования технического мастерства. Итак, первоначальной и основной целью процесса обучения является овладение техникой игры в совершенстве.

Двигательно – игровые навыки-передача мяча, прием (защита), ввод мяча в игру, удар, блокирование-осваиваются, совершенствуются, совершенствуются на определенных этапах, с использованием определенных приемов и средств. Этот процесс осуществляется на основе педагогических, биопсихологических и биомеханических закономерностей.

Процесс обучения-это педагогический процесс, требующий от тренера-педагога большого мастерства, профессиональной подготовки. Но все же обучение технике выполнения движения (игровому навыку) зависит и от других значимых причин: активности ребенка, количества, качества занятий, продолжительности их проведения, вспомогательного технического оборудования, условий места проведения занятий, интереса ребенка, “богатства” движения, опыта и т. д [3, 12, 13, 14).

Следует также сказать, что продолжительность овладения техникой движения зависит от семейных обстоятельств ребенка, его социально-экономических возможностей, а также психического состояния.

Вышеупомянутая информация и факторы, которые следует учитывать в процессе обучения, должны содержаться в плановых документах, основанных на определенном методическом порядке. Кроме того, выявление внутренних “таинственных” возможностей ребенка, а также имеющихся факторов необходимо проводить с помощью конкурсной программы и упражнений. Полученные результаты должны служить базовым фактором в применении методов, этапов и технологий обучения.

Первоначальный процесс обучения проходит в несколько этапов, и каждый из этих этапов включает в себя определенные методы и инструменты.

ISSN 3030-3907

Общеразвивающие упражнения используются для улучшения физического совершенства игрока, а также навыков и навыков передвижения, необходимых игроку.

Все упражнения объединены в соответствии со своей направленностью, образуя основные части специальной подготовки упражнения: общефизическую, специальную физическую, техническую, тактическую, игровую подготовку. Каждый вид подготовки имеет свои ведущие факторы, с помощью которых достигается поставленная цель. При этом все виды препаратов неразрывно связаны между собой. Например, если ученик плохо подготовлен физически, он не сможет хорошо выполнять техническое упражнение по нанесению ударов в атаке. В этом случае гораздо полезнее физически закалить ученика, чем многократно повторять технику удара.

Первый этап – знакомство с изучаемой техникой движения. При этом используются стили повествования, показа и объяснения. Воспитатель использует наглядные пособия вместе с показом лично: кинофильм, иллюстративный фильм, схему, макет поля и т.д.

Демонстрация должна сопровождаться пояснениями. Первые попытки педагогов формируют у них первичное ощущение движения.

Второй этап – изучение приемов в упрощенном (упрощенном) состоянии. Успех на данном этапе обучения во многом зависит от правильного выбора подходящих упражнений. По форме своей структуры они должны быть близки к изучаемой технике движения и под силу выполнять учащимся. Действие (атакующий удар), имеющее сложную структуру, разбивается на составляющие его основные звенья (части). На этом этапе особое значение приобретают такие приемы, как контрольные приемы (командные, инструктажные, зрительно-слуховые, зрительно-двигательные, технические и др.), а также наглядные действия (непосредственная помощь учителя, применение вспомогательного оборудования), информационные (сила удара по мячу, точность падения, обозначение света или звука).

Третий этап – обучение технике в усложненных условиях. При этом используются: метод повторения, выполнение движения в сложных условиях, игровой и оценочный стиль, совместный стиль, упражнения “круг за кругом”. Стиль повторения является самым основным на этом этапе. Только многократное повторение формирует навык. Повторение для формирования навыка требует выполнения упражнения в различных условиях (изменение условий движения, постепенное усложнение). Упражнения выполняются даже при утомлении, суставные и игровые стили при этом будут направлены на совершенствование техники и решение задач развития особых физических

ISSN 3030-3907

качеств, а также на совершенствование технико-тактической подготовки и игрового мастерства.

Четвертый этап – предполагает закрепление действия в процессе игры. При этом используется методика интерпретации выполняемых действий (рисунки, таблицы, учебные фильмы, иллюстративные фильмы), технико-тактические, специальные подготовительные задания, игровые и “соревновательные” приемы в игровом процессе (табл.1).

В подготовительных и обучающих играх предусматривается изучение каждого метода (умения), его совершенствование и совершенствование. Высшим средством закрепления квалификации является соревнование.

1 Таблица

Этапы, методы и средства обучения волейболу

Этапы обучения и их название	**Стили обучения**	**Инструменты обучения**
Этап 1: Формирование понимания преподаваемой квалификации (действия)	Объяснять-анализировать, показывать-комментировать	Слово, разговор, общение, обсуждение, картинки, шаблоны, видео
Этап 2: Обучение навыкам в простых условиях (без дополнительных обязанностей в одиночку)	Обучение по частям, элементам и фазам, обучение навыкам в полном объеме, исправление ошибок, поощрение, возврат	Подготовительно-подходные направляющие сопутствующие имитационно-основные технические упражнения
Этап 3: Обучение навыкам в усложненных условиях (постановка ситуационных задач, в парах, в Троице и т.д.k.)	Обучение навыкам в полном объеме, усиленное обучение скорости и точности, выполнение после действий в разных направлениях, обучение на основе репродуктивной отдачи, обучение на	Все инструменты, общие и специальные упражнения на этапах 1-2, используются с большой скоростью и точностью, упражнения, тренажеры и технические средства, используемые в парах, тройках

ISSN 3030-3907

	основе взаимного анализа и оценки.	
Этап 4: Продолжать учить, совершенствовать и совершенствовать	Все стили	Все инструменты и командные игры

Активные стили в обучении (обучении)имеют большой потенциал. Среди них-особое значение имеет проблемное обучение (постановка проблемных задач) и методика оценки собственного усвоения. Постановка проблемных задач порождает состояние, ситуацию, ищущую свое решение, в то время как самооценка ведет к дальнейшей активизации двигательной деятельности, что еще больше повышает интерес читателя и учит творческому мышлению [4, 10, 11].

При правильном соблюдении вышеперечисленных этапов, приемов и средств обучения волейболу, несомненно, в будущем вырастут квалифицированные волейболисты.

ВЫВОДЫ

Методически обоснованное обучение волейболу способствует более быстрому и качественному освоению технических и тактических навыков. Использование комплексного подхода, включающего словесное объяснение, показ, игровые упражнения и контрольные испытания, позволяет сформировать у спортсменов высокий уровень мастерства и подготовить их к соревновательной деятельности.

Список использованной литературы

1.Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги Қонуни (янги таҳрири). Тошкент, 26-май 2020 йил.

2. Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида қарори. ПФ-5924-сон 24.01.2020.

3. L.R.Ayrapetyans, A.A.Pulatov “Voleybol nazariyasi va uslubiyati” Toshkent 2011 yil.

4. M.K.Mahmudov, F.A.Narzullayev “Sport va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi (Voleybol). Buxoro. “Durdona” nashriyoti 2019 yil. 65-67 betlar.

ISSN 3030-3907

5. М.А.Фатуллаева, Ф.А.Нарзуллаев “15-17 ёшли волейболчиларнинг шахслараро муносабат жараёнлари ва психологик тайёргарлик хусусиятлари. Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти: муаммолар ва ечимлар. Халқаро онлайн илмий амалий анжуман. Бухоро 2020 йил 6-май. 614-617 бетлар.

6. Azimovna F. M., Ashrapovich N. F. Motivation of students to do sports as part of physical education classes //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Т. 10. – №. 5. – С. 1446-1450.

7. Azimovna F. M. Formation of spiritual and moral values of pupils in physical education lessons //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – Т. 9. – №. 11. – С. 99-103.

8. Nematovich K. S. Abduyeva Sitorabonu Savriddin kizi, Fatullayeva Muazzam Azimovna, Kurbanov Shukhrat Kuldoshevich. Using of innovation terms in physical education and sport lessons and their social and educational features //Journal of Critical Reviews. doi. – Т. 10. – С. 470-471.

9. Rakhmonov Rauf Rasulovich Distribution of training loads at the stage of competitive preparation for middle runners // Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal 10.5958/2249-7137.2021.00376.1

10. Сабирова Н. Р. Значение физической культуры в современном обществе //Проблемы педагогики. – 2020. – №. 6 (51).

Akmalovich D. B. et al. Psychological impact of football games to the formation of individuality of the student //Journal of Critical Reviews. – 2020. – Т. 7. – №. 6. – С. 466-469.

11. Nematovich K. S. The possibilities of physical culture in the modern youth internet community //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – Т. 9. – №. 11. – С. 177-180.

12. Murodov J. Мамлакатимизда хизмат кўрсатиш соҳасида олиб борилаётган ижтимоий-иқтисодий ислоҳатлар кўлами //Архив научных исследований. – 2020. – №. 29.

13. Juraevich M. J. Actual problems of teaching physical culture in schools //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – Т. 9. – №. 11. – С. 181-187.

14. Azimovna F. M. Formation of spiritual and moral values of pupils in physical education lessons //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – Т. 9. – №. 11. – С. 99-103.

ISSN 3030-3907